

Notre vulnérabilité d'êtres humains

L'IMPORTANCE DES BESOINS RELATIONNELS

Annemarie TREKKER

Autrice et sociologue clinicienne



La privation de contact social a des conséquences bien plus grandes que le manque de nourriture ou de couverture.

Nous venons de vivre une crise sanitaire qui nous rappelle notre vulnérabilité d'humains face à un virus assez banal en soi. Une sorte de combat de David contre Goliath. Ce qui a produit un éventail de réactions dans le public : le doute, la colère, le drame d'une part ; l'espoir, l'action, le courage, d'autre part. Mais aussi la paralysie, l'impuissance, la déprime. Chacun réagissant selon ses propres moyens.

Les commentaires allaient bon train. Les uns, accusateurs : « *C'est la faute de...* », « *C'est la preuve que...* ». Les autres, plus prometteurs : « *C'est un mal pour un bien...* », « *Le silence est merveilleux...* ». On avait ainsi l'impression d'être actifs, réactifs. On ne se rendait pas compte que certains commentaires pouvaient faire mal. On n'imaginait pas que le silence s'avérait un poison mortel pour les isolés. On n'imaginait pas que les appels à la fin de l'économie marchande faisaient trembler d'angoisse les commerçants, producteurs ou entrepreneurs, mais aussi tous les ouvriers et employés qui risquaient de perdre leur emploi.

PRÉSENCE DE « L'AUTRE »

On ne voulait pas voir qu'après la crise subsisteraient "les traces de la crise" ! Une souffrance, bien moins visible que les discours du moment, qui se manifesterait par d'étranges phénomènes, des détresses soudaines, des pleurs sans raison, des gestes insensés, des maux sans diagnostic. On avait oublié que les échanges de la cellule animale ou végétale avec son environnement sont essentiels, ce qui se vérifie aussi chez l'humain. En biologie, si des anomalies de fonctionnement se déclarent, l'organisme entier est perturbé et il lui faut trouver de "l'autre" pour se

reconstruire. L'absence ou la carence de cet autre ou d'un substitut de celui-ci engendre le dépérissement et/ou la mort.

Boris Cyrulnik, neuropsychiatre, a été l'un des premiers à s'intéresser à cet arrêt du développement physique et psychique chez les enfants, nourris et soignés, mais abandonnés sur le plan relationnel. La privation de contact social a des conséquences bien plus graves que le manque de nourriture ou de couverture. L'homme, tout comme l'animal et le végétal, éprouve un besoin primordial d'être en relation. L'en priver laisse des traces de souffrances physiques et psychiques difficiles à effacer.

RECONSTRUCTION PAR L'ÉCRITURE

L'importance de ces besoins relationnels reste un des points aveugles dans nos sociétés très développées, c'est une des leçons à retenir de cette crise sanitaire. Les écrans nous ont aidés durant ces semaines de confinement, mais ils n'ont en aucun cas remplacé les contacts à travers les cinq sens. Par mon métier d'animatrice et éditrice en approche biographique, je rencontre ce vide relationnel qui choisit souvent l'écriture pour s'exprimer. Le papier devient ainsi le support pour évoquer les blessures enfouies et démarrer une réparation ou une reconstruction.

Il me paraît essentiel de reconnaître publiquement la souffrance vécue lors de cet épisode du coronavirus. Mais aussi de prendre conscience de l'impuissance de notre société et son gouvernement de l'éviter. Le matraquage de mesures souvent contradictoires, répétées jusqu'à l'écoeurement par les médias, en fut un bel exemple. Il s'agit à présent de mettre en place des lieux et des moyens pour accueillir les traces de cette souffrance qui subsisteront dans les histoires singulières et sociales. Il est toujours possible de construire sur les manques pour autant qu'ils ne soient pas ensevelis. Imputer les signes d'un mal-être persistant aux seuls individus alors qu'il résulte d'une société insensible à l'importance de la relation humaine serait inacceptable. Le défi qui s'annonce est à la fois physique, psychique et social. Il faudra le relever ensemble. ■